Únase para una serie de
Talleres de Salud
para Personas con Discapacidades del Desarrollo

No necesita ser miembro de Anthem Blue Cross para participar. ¡Todos son bienvenidos!

Inscríbase en los talleres que les interese.
Traiga sus preguntas y comparta sus experiencias. ¡Aprendamos juntos!

Fecha Cada sesión es de 1:00 pm a 2:00 pm	**Tema del Taller** Escuche a los educadores de salud de Anthem y representantes de auto-abogacía en cada sesión	**Inscríbase con este enlace de Zoom** You will then receive an email with your link
Mayo 3, 2021	Nutrición y ejercicio durante la pandemia	completado
Junio 7, 2021	Afrontando el estrés durante la pandemia	https://bit.ly/3w2vI3I
Julio 12, 2021	Aprendamos a controlar la diabetes	https://bit.ly/3smCqQ8
Augusto 2, 2021	Mantenga su corazón sano	https://bit.ly/3tRVrdq
Septiembre 13, 2021	Vamos a sonreir- salud buccal/dental	https://bit.ly/31wL42N
Octubre 4, 2021	Acceso a su plan de atención médica – ¡Cómo llamar a su médico u obtener atención médica!	https://bit.ly/3w2u568

El taller se ofrecerá en inglés con traducción simultánea al español y habrá subtítulos disponibles. Si tiene alguna pregunta o necesita una acomodación, comuníquese con Sonya Bingaman al menos 5 días antes de la capacitación en sonya.bingaman@scdd.ca.gov o 916-715-7057.

Una colaboración entre Anthem Blue Cross y las oficinas regionales de North State, North Coast y Sacramento del Consejo Estatal sobre Discapacidades del Desarrollo.